Quick Start Guide

Vous venez de faire l'acquisition d'un appareil d'électro-musculation muni d'accessoire(s), conçu, réalisé et fabriqué par SPORT-ELEC® INSTITUT (France). Nous vous en remercions et vous engageons à prendre soigneusement connaissance des éléments suivant visant à vous permettre une utilisation optimale.

AVERTISSEMENTS

- Les effets à long terme de l'électro-stimulation sont méconnus.
- Le Body Control System Fessiers n'est pas destiné à un usage médical ni au traitement de maladies.
- Des précautions sont à prendre pour les personnes pour lesquelles un diagnostic d'épilepsie est suspecté.

Ne pas utiliser cet appareil SPORT-ELEC® :

- Sur l'aire cardiaque, car l'électro-stimulation peut provoquer des perturbations et provoquer des risques graves.
- Si vous êtes porteur d'un stimulateur cardiaque (pacemaker) ou si vous souffrez de tout autre problème cardiaque.
- Si vous êtes porteur d'un implant abdominal.
- En cas de cancer, les effets d'une stimulation électrique sur les tissus cancéreux sont inconnus.
- En cas de grossesse.
- Si vous avez un dispositif contraceptif de type stérilet.
- Après un accouchement, attendre 6 semaines avant utilisation.
- Attendre au moins 3 mois après toute opération chirurgicale (ex. : césarienne...) et consultez votre médecin avant utilisation.
- En cas de maladies neuromusculaires ou hémorragiques.
- Sur une blessure ouverte, sur des régions gonflées, infectées, enflammées ou sur des éruptions cutanées (par ex. : phlébite, thrombophlébite, veines variqueuses, etc...).
- Dans les régions de la peau ayant une déficience de sensibilité.
- Si vous avez des problèmes de dos ou si vous êtes diabétique (et sous insuline) demandez l'avis de votre médecin.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI AVANT UTILISATION :

- Toujours placer le short seulement comme indiqué dans ce manuel.
- Appliquer le short seulement sur une peau saine et propre.
- Ne pas utiliser le Body Control System dans le bain, sous la douche ou en contact avec de l'eau ou dans un environnement humide.
- Ne pas utiliser le Body Control System en dormant.
- Le short ne doit pas être connecté à un autre appareil que le Body Control System. L'appareil doit être utilisé complet (notamment la trappe pour les piles).
- Ne pas toucher l'intérieur du short pendant que l'appareil Body Control System est en marche.
- Ne pas utiliser l'appareil en conduisant ou en utilisant d'autres machines ou durant toute activité dans laquelle l'électro-stimulation pourrait entraîner un risque de blessure.
- Éloigner l'appareil de toute source de chaleur.
- Éloigner l'appareil de tout équipement émettant des ondes hautes fréquences.
- Ne pas laisser à la portée des enfants.
- Notez qu'une rougeur de la peau au contact des électrodes est normale et disparaît peu de temps après l'utilisation de votre short.

Vous ne devez jamais ressentir de sensations douloureuses.

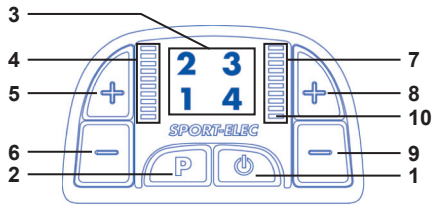
Le générateur :
Il est muni d'un système de sécurité pour éviter une mauvaise manipulation de l'appareil.

L'appareil ne fonctionne pas, il clignote.
Vérifiez les points suivants :

- Vérifier que vos piles soient bien de type 1.5V.
- Les électrodes doivent être enduites de crème électro-conductrice.
- L'appareil doit être parfaitement connecté aux 4 fiches du short.
- Bien ajuster le short afin que les électrodes soient en contact avec la peau. Sinon, l'appareil s'arrêtera (mise en sécurité).
- L'appareil doit être connecté au short posé sur le corps : sinon, un appui sur la touche "+" pour augmenter la puissance le mettra en sécurité.

I. Présentation de l'appareil

Descriptif :



1 - Bouton ON/OFF.
2 - Bouton de sélection des programmes.
3 - Indicateur de programmes.
4 - Indicateur de niveau de puissance du canal A.
5 - Bouton d'augmentation de la puissance du canal A (niveau 0 à 64).
6 - Bouton de diminution de la puissance du canal A (niveau de 0 à 64).
7 - Indicateur de niveau de puissance du canal B.
8 - Bouton d'augmentation de la puissance du canal B (niveau 0 à 64).
9 - Bouton de diminution de la puissance du canal B (niveau de 0 à 64).
10 - Clignotement avertissant l'absence de contact entre la peau et le short.

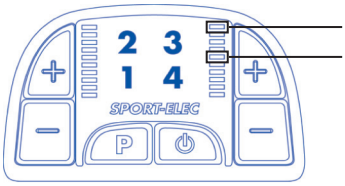
Les programmes :

Durée d'impulsion (largeur)	Durée d'alternance positive 200µsecondes / Durée d'alternance négative 200µsecondes /Interphase d'intervalle 60µsecondes
• PG 1 - **Fermeté**	Fréquence 70Hz / Temps de travail = 2.5 secondes / Temps de repos = 2.5 secondes / Temps de montée/descente = 2 secondes /Durée du programme = 20 minutes
• PG 2 - **Muscle entretien**	Fréquence 60Hz / Temps de travai = 3.5 secondes / Temps de repos = 3.5 secondes / Temps de montée/descente = 2 secondes / Durée du programme = 26 minutes
• PG 3 - **Muscle force**	Fréquence 50Hz / Temps de travai = 4.5 secondes / Temps de repos = 4.5 secondes/ Temps de montée/descente = 2 secondes / Durée du programme = 30 minutes
• PG 4 - **Massage**	Fréquence 50Hz / Temps de travail = 5.5 secondes / Temps de repos = 5.5 secondes/ Temps de montée/descente = 2 secondes / Durée du programme = 40 minutes

II. Insertion des piles & niveau de batterie

Vérifier le niveau de batterie :

Lorsque votre appareil SPORT-ELEC® n'est pas en cours de programme, le niveau de charge des batteries est indiqué par clignotement sur l'écran de la façon suivante :



Piles usées : Le segment 10 clignote
Piles faibles : Le segment 6 clignote

Insertion des piles :

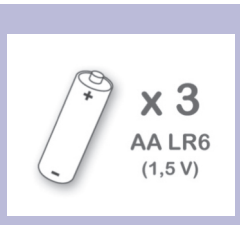
- Vérifiez que l'appareil est éteint.
- Ouvrez le compartiment "piles", y introduire 3 piles alcalines (1,5 V AA type LR6)
- Respectez la polarité + et - (photo 1).
- Refermez soigneusement le boîtier.

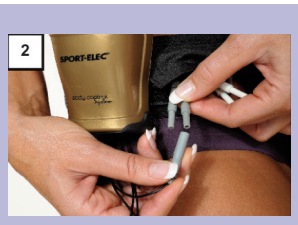
Ne pas mélanger des piles usagées avec des piles neuves.
Il est conseillé d'utiliser des piles de bonne qualité.

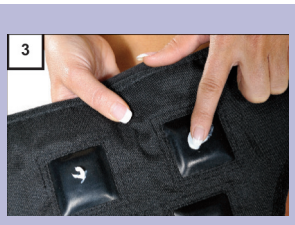
III. Mise en marche de l'appareil

Votre appareil d'électro-musculation SPORT-ELEC® est à la pointe de la technique, il respecte les normes en vigueur dans le domaine d'application médicale.

- Le chiffre en noir sur l'écran vous indique le programme sélectionné avec la touche "**P**".
- 2 échelles (1 par canal) vous indiquent les 64 niveaux de puissance de chaque canal.
- Vous trouverez aussi 6 touches de commandes (voir schéma «Descriptif de l'appareil», chap I) :
  - 1 touche On/Off "⏻" (appui court). 1 touche "**P**" pour choisir les programmes (appui court).
  - 2 touches "**+**" et "**-**" réparties de part et d'autre de l'écran LCD permettent d'ajuster la puissance de la stimulation de chaque canal indépendemment.
    Un appui long (1 sec) sur la touche "**-**" permet de passer du niveau de puissance choisi au niveau zéro rapidement.







Fonctions de l'appareil :

Étape 1 - Déconnexion

Votre appareil est doté d'un détecteur de déconnexion des accessoires.
En cas d'absence de contact entre le corps humain et l'accessoire, la puissance est stoppée : vous êtes averti par le clignotement d'un segment durant 30 sec.

Étape 2 - État des piles

- Si les piles sont "faibles", deux segments (6ème segment) clignotent. Votre appareil fonctionne encore.
- Si les piles sont "usées", deux segments (10ème segment) clignotent.

Étape 3 - On/Off "⏻"

- Un appui court sur la touche "⏻" met l'appareil hors tension.
- À chaque mise sous tension, l'appareil effectue un autotest sur 11 paramètres essentiels au niveau de la sécurité et de son fonctionnement. Lors de l'auto-test, les segments et les pictogrammes sont allumés durant ½ sec.
- Si un défaut interne à l'appareil est détecté, tous les pictogrammes clignotent. Retournez alors l'appareil au centre S.A.V.
- L'auto-test ne prend pas en compte la détection des piles usées. Lorsque les piles sont usées, l'auto-test n'est pas activé.
- Un appui long (de plus de 3 sec) sur la touche "⏻" entraîne le déclenchement de l'auto-test. Veuillez dans ce cas arrêter.

Étape 4 - Choix d'un programme "P"

Réalisez plusieurs appuis courts sur le touche "**P**", les programmes défilent (de 1 à 4).
Dès qu'un programme est sélectionné, le chiffre correspondant s'affiche et le départ du programme est automatique. Durant celui-ci, la touche "**P**" est inactive.

Étape 5 - Fin du programme - Arrêt en cours

- À la fin de la séance, l'appareil s'arrête automatiquement.
- Pour arrêter l'appareil en court de programme : appuyez sur la touche "⏻".
- Arrêt d'urgence, appuyez sur la touche "⏻"

Étape 6 - Réglage de la puissance

Vous disposez de 64 niveaux pour régler la puissance de 0 à 64 (entre deux segments de l'indicateur, il y a 7 niveaux de puissance ou 4 appuis sur un bouton "**+**").

IV. Crème de contact

La crème SPORT-ELEC® est utilisée avec les accessoires (photo 3).
Elle favorise le contact entre les électrodes et la peau.
Elle améliore le confort d'utilisation et l'efficacité de la stimulation.
Elle peut-être également utilisée seule, en massage sur le corps.
Si vous souhaitez acheter la crème, commandez-là au 02 32 96 50 50 ou sur www.sport-elec.com, ou adressez-vous à votre revendeur habituel.

IMPORTANT !

- Vous ne pouvez pas utiliser le short sans la crème
- Ne pas utiliser d'autre crème que celle fournie par SPORT-ELEC® Institut.

Précautions d'emploi :

- En cas d'allergie, arrêter l'application de la crème
- Ne pas avaler
- Ne pas laisser à la portée des enfants
- En cas de contact occulaire rincer avec de l'eau.

V. Utilisation du short

Étape 1 : Connexion et mise en place du short.

- Vérifiez que votre appareil SPORT-ELEC® soit à L'ARRÊT.
- Prenez les connectiques de votre boîtier et branchez-les aux fiches du short par groupe de 2 (photo 2).
- Appliquez une couche de crème électro-conductrice sur les fessiers puis sur les électrodes intégrées du short (la partie bombée - photo 3).
- Positionnez le short sur les fessiers (photo 4).

Étape 2 : Démarrage de la séance

- Une fois la connexion de votre appareil terminée, installez-vous confortablement et mettez en marche votre appareil en suivant la procédure de "Mise en marche de l'appareil" (chapitre III).
- N'essayez pas de monter la puissance trop rapidement.
- Si la puissance vous parait trop forte, diminuez-la en appuyant brièvement sur la touche "**-**".
- Un appui long sur la touche "**-**" ramène la puissance au minimum. Cette manoeuvre n'éteint pas l'appareil.
- N'hésitez pas à déplacer le short légèrement à gauche ou à droite (attention à ce que l'appareil soit éteint) afin de sentir les contractions sur l'ensemble des fessiers.
- Après un effort physique intense, utilisez une basse intensité pour éviter une fatigue musculaire.
- Si une électrode fait mal ou si vous ressentez quelques picotements : arrêtez l'appareil et vérifiez que l'électrode est bien enduite de crème.

Étape 3 : Arrêt de la séance

Le programme terminé (arrêt automatique), déconnectez l'appareil du short.
Retirez l'excédent de crème sur les électrodes intégrées avec une lingette imbibée d'eau, puis séchez.
Ranger soigneusement votre matériel.

L'APPAREIL :	
Type de courant	Biphasique rectangulaire et symetrique
Nombre de programmes	4 programmes
Nombre de canaux indépendants réglables	2
Courant	De 0 à 60 mA - de 0 à 60 V - de 0 à 1000 Ω
Plage de fréquence	50 - 70 Hz
Plage de largeur d'impulsion	200 µs
Alimentation	3 piles alcalines 1,5 V type LR6/AA (non fournies)
Dimensions et poids de l'appareil	69 x 43 x 87 (h) mm - 106 g
Arrêt automatique à l'issue de chaque programme	Oui - env 4 min 30 sec
Sécurité à l'allumage	100%
Détection absence de contact	Oui, détection indépendante sur chacune des 2 sorties
Indicateur de puissance	Bar graph - écran LCD
Indicateur de pile faible et/ou défectueuse	Oui - écran LCD
Indicateur absence contact ceinture / short	Oui - écran LCD
Indicateur des programmes	Écran LCD : prog 1-2-3-4
Température de stockage	0°C à +45°C
Humidité relative de stockage	10% à 90%
Température d'utilisation	+5°C à +45°C
Humidité relative d'utilisation	20% à 65%
Connexion appareil ceinture / short	Par fils - fiches ø 2 mm mâle
Attention	Lire attentivement la notice
RoHS (2002/95/EC)	Les appareils sont construits sans matériaux pouvant avoir un impact néfaste sur l'environnement
Garantie	2 ans. Garantie ceinture & short limitée à 12 mois

INFO CONSO : 02 32 96 50 50

Recommandations :
Lorsque vous vous séparez de votre produit en fin de vie, veillez à respecter la réglementation nationale. Nous vous remerions ainsi de le déposer à un endroit prévu à cet effet afin d'assurer son élimination de façon sûre dans le respect de l'environnement.

- Ne pas utiliser sur d'autres parties du corps que sur celles pour lesquelles les accessoires ont été conçus.
- Fonctionne uniquement sur pile.
- Ne pas relier à une autre source d'alimentation.

ENTRETIEN & NETTOYAGE DU SHORT

- Ne pas laver ni sécher en machine.
- Ne pas utiliser de javel ou autre agent de blanchiment.
- Ne pas repasser.
- Ne pas nettoyer à sec.
- Nettoyer le short avec une éponge humide imbibée d'un détergent, puis essuyer avec un chiffon propre.
- Nettoyer le boîtier avec un tissu imbibé d'une solution désinfectante (type Mercryl) diluée avec de l'eau au 1/10e.
- Nettoyer les électrodes intégrées avec un mélange eau/détergent hypoallergenique, puis bien rincer.

GARANTIES SHORT & CRÈME

Ils sont destinés à une utilisation personnelle. Pour des raisons d'hygiène, ils ne peuvent donc être ni repris, ni échangés. La durée de garantie du short est limitée à 12 mois.

SHORT :

- Taille (pour homme et femme) : du 34 au 60
- Longueur de la ceinture dépliée : 126 cm
- Tissu : Polyester
- Électrodes intégrées : sillicone carbonnée.
- Électrodes Short : 4*25cm²

CONFORMITÉ :

- Appareil : EN60601-1 / EN60601-2-10
- Ceinture & short : ISO 10993
- Crème de contact : ISO 10993 75 ml / 2.54 Fl 0z
- Classification type BF

CE 0459 (directive 93/42/CEE)

RoHS

Made in R.P.C.

Type - BF

GARANTIE

Nous accordons une garantie de 24 mois sur les produits que nous distribuons à partir de la date d'achat. Pendant la durée de la garantie, nous prendrons gratuitement à notre charge, la réparation des vices de fabrication ou de matières, en se réservant le droit de décider si certaines pièces doivent être réparées ou échangées ou encore si l'appareil lui-même doit être échangé. Les dommages occasionnés par une utilisation inadéquate, (choc, branchement sur courant continu, erreur de voltage, détartrage...), l'usure normale ne portant préjudice ni au bon fonctionnement, ni à la valeur de l'appareil, excluent toute prétention à la garantie. La garantie devient caduque si des réparations ont été effectuées par des personnes non agréées ou si des pièces de rechange ne provenant pas de la même marque ont été utilisées. La garantie ne sera valable que si la date d'achat ainsi que le cachet et la signature du magasin figurent sur la carte de garantie ou sur présentation du ticket de caisse. Toute autre forme de prétention à la garantie est exclue, sauf si des dispositions légales spécifient le contraire.

GARANTIE SPORT-ELEC® INSTITUT

31 Rue du Val Breton - BP35 - 27520 BOURGTHEROULDE - INFREVILLE - FRANCE

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Téléphone : |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|

Date de l'achat : |_|_|_|_|_|_|

cachet du revendeur :